

換手 做做看

■李蕙

不知何時開始，早上起來刷牙梳洗，只要右手臂向上舉高超過一兩分鐘就微微發麻，起初以為是睡覺時不小心壓到所致。有天去醫院探視長輩，她因頸部脊椎神經受壓迫而動手術。我問起發病的症狀，長輩說一年多前舉起手臂就發麻，本來沒放在心上，後來只要手掌舉過肩膀高度就痛，才發現問題嚴重。我心頭一驚，告辭後立刻向家庭醫生預約掛號。

家庭醫生做完基本檢查後要我約神經科醫生進一步檢查，神經科醫生為我做一個測驗，他先在我右手臂貼上感應器連上電線，再用一根尖銳工具沿手臂上下先電擊再針刺，電擊雖不舒服但還能忍受，針刺就真是痛徹心肺。閉眼苦撐不知過多久，醫生總算說刺最後一針了，隨著手掌虎口一陣劇痛終

於大功告成。幾天後報告顯示，我得的是腕隧道症，與脊椎神經無關，讓我稍感心安。醫生說因我長時間用右手，手腕神經過度壓迫而造成。手專科醫生確診為初期症狀，只需買個固定支架，晚上睡覺時套在手腕上保持手腕神經不受壓即可。雖然症狀輕微，不用吃藥或開刀，但須小心保護以免惡化。

從事電腦行業20餘年，每天右手握滑鼠或兩手在鍵盤打字至少六、七小時。回家就是全職家庭主婦，煮飯、洗碗、掃地吸塵全須使用右手。後來更發現我晚上睡覺還常用右手托著頭側睡，難怪可憐的手積勞成疾。買回支架當晚我就套上睡覺，老公也體貼的接手一些費力的家務，一星期後，果然發麻的感覺消失了。但沒多久因工作必須到外州出差，上下飛機，進出旅館，都須自己手拉行李肩背電腦包，再加上在有限的時間內需完成多項事情，以致休息不夠，回程飛機上已感到右手腕隱隱作痛。開車回家按車庫遙控器發現手指連按鈕的力氣都沒有，一使力手

腕就痛，後來連洗臉刷牙開關門都有問題，請假休息兩天才見好轉。上班後向同事提及，有位同事以自身經歷建議我換用左手使用滑鼠，她說即使用合乎人體工學的鍵盤和滑鼠，右手還是得工作一整天，用左手握滑鼠右手才可充分休息，她的左手只花一周就能自如操作滑鼠。

同理用在做家事，她強調，要隨時提醒自己多用左手，最好能訓練到凡事都能直覺地伸出左手來做。即使右手復原仍要小心，要避免拿重物，尤其是像是從冰箱拿大罐牛奶，或用單手端鍋子，或切肉等須橫向施力的動作。家事一定要請家人多幫忙，事情不論大小，盡量不用右手。

前幾天聽到費玉清唱起老歌「你那么好冷的小手」，我跟著唱，唱到一半不知不覺地面對正在洗碗的老公唱出「我這好弱的手呀，你要使它健康。」幾個月來，一直強迫左手拿滑鼠，現已得心應手，加上老公協助各項家事，果然藥到病除，現在右手情況甚為良好。

流言輻射

■梁婷婷

幾個月前去銀行辦事，見到熟識的銀行經理電腦旁邊擺了一盆小巧的仙人掌。

「綠化辦公桌嗎？怎麼不擺黃金葛或發財竹之類？仙人掌都是刺，一不小心就會刺傷自己，多不方便。」

「我這一個多月來身體不舒服，有人說可能是我一天到晚坐在電腦前面被輻射波影響。聽說仙人掌可以吸收輻射，所以擺一盆在電腦旁邊幫我擋一擋。」

再見她時，見她桌上除了仙人掌之外，又添了一塊紫水晶。

「唉……」她小聲的說：「不知道怎麼回事，這一陣子身邊冒出一堆小人，不是給我惹麻煩就是扯我後腿，工作壓力又大，都快撐不住了。所以託人幫我找了塊天然水晶礦，增加一些正面能量，補補氣。」

旁邊坐一位太太，聽到這話忍不住插嘴：「幫我算命的老師說辦公室裡不要擺葉子尖銳或帶刺的植物，說這樣容易引起口舌是非。」

「真的！難道那些小人都是被這盆仙人掌引來的？」

「我不知道，不過我那位老師很靈，很多人找他看風水。」

「那我趕快把仙人掌拿走。」

我提醒她：「你不是要用仙人掌擋電腦輻射嗎？」

「唉呀，小人比輻射更可怕，我寧可被輻射影響，也不要被小人弄弄。」

說來也是，民國初年的紅星阮玲玉自殺前留下的一紙遺書就是「人言可畏」四個字。

科技發達之後連帶產生的輻射或電磁波之類的有害物質雖對人體會產生負面作用，可是只要作息正常，養成運動習慣，經常到戶外曬曬太陽，活動筋骨，還是能和大自然的力量配合，靠人體自身的免疫系統把這些「科技廢物」排出體外。

只有那些無的放矢的流言蜚語，就像白晝出行的鬼魅魍魎，藉著口耳相傳牢牢攀附著受害者的身軀，讓白染黑，將是轉非，害得人無從辯解，心情低落，終於連身體都受到影響越來越衰弱。

輻射得要長期曝露其下才會生重病，但是一句不懷好意中傷的惡語，卻能在一瞬間把人擊垮。

流言殺人，真的比輻射更可怕。

臨走之前她指指仙人掌問我：「你要不要？送給你吧。」

「你可以帶回家啊。」

她連連搖手：「我已被整慘了，一想到它會招小人，我就……」

看那仙人掌雖渾身都是利刺，但是圓圓胖胖的也很可愛。

「好啊，你如果找不到地方放，就把它交給我領養吧。」

回到家沒有擺在電腦旁邊，而是把仙人掌安置在窗台上。

我不太相信所謂的「仙人掌能吸收輻射」論，也不認為仙人掌會招小人。我認為有緣即是貴人，無緣易成小人。

就算貴人難得，但是至少別讓自己成為別人眼中的小人。

老猴子上飛機

■王平

北京的父母幾乎每年來華府小住，和我共享天倫之樂。上了年紀，又不諳英文，加上機場重重安檢，他們長途旅行變得越來越不方便。於是今年我決定親自回北京去接他們，好一路照顧，讓他們無憂無慮地旅行。而我從小就喜歡和父母一起出遊，這是一舉兩得的好辦法。

從北京出發前，我用在美聯航的貴賓身為父母挑了飛機上第一排寬敞座位，但這排沒有三個相連的座位，登機時只好我和父親坐在飛機一邊，母親獨自坐另一邊，隔著條很寬的過道。我們商量好等飛機起飛後，我就把母親換過來和父親坐在一起。我們坐定以後，看到後面上百名乘客還正在登機，一片嘈雜。這時父親突然想起吃口香糖可以減少起飛時對耳膜的傷害，但不記得口香糖放哪個袋子裡，於是他隔著過道喊母親的名字想問她。在家除非談論十分重要或嚴肅的話題，父母和我很少直呼其名。我們每人都有不只一個暱稱，叫起來更親切。比如母親是猴年出生，又有舞蹈家般的靈巧身段，父親就經常親切地叫她「老猴子」。此刻父親叫著母親名字好幾聲，但母親沒有聽見。於是，父親拉高了嗓門，大叫「老猴子」。

剎那間，幾乎整架飛機的乘客都把目光投向父親，然後順著父親的目光又轉臉去看機艙另一邊的母親，一時間全都安靜下來，只有輕柔的背景音樂繼續奏著。確認並沒有真的猴子在飛機上之後，乘客們又繼續做他們的事情，機艙裡很快又恢復剛才的喧囂。母親當然也聽見了，從另一邊向我們不好意思的笑笑。父親也馬上意識到這「老猴子」的稱呼有點不合時宜，就壓低了聲音和母親隔著過道交談。我見狀也在心中暗笑。

從北京到華府一路直飛將近13小時的航程，以往很難在飛機上入睡的父母有兒子全程陪伴，心情完全放鬆，竟呼呼大睡了六、

七個小時。我見他們睡了，自己也跟著去見周公了！

我們的航班比原定提前近一個小時順利抵達華府杜勒斯國際機場。入境時還有個小插曲。母親因常年操持家務，雙手皮膚有點粗，所以在入境取指紋時，父親和我很快通過，母親則按了好幾次都不能完全通過。看著母親不斷搓手，櫃台另一邊的移民官板起



圖 / 想樂

家園版徵稿：投稿請email: wjtpe2@udn.com或郵寄22161台北縣汐止市大同路一段369號北美世界日報家園版（請附中英文姓名、稿酬支票抬頭、地址、稿費寄還地址，請留底稿，恕不退件），本報系各報紙副刊相關版面及世界日報新聞網（worldjournal.com）得選用刊登，並收錄於聯合知識庫（udndata.com）。嚴禁抄襲，違者公布姓名永不錄用。

散文小溪

·文/林珮琪(加州)

大家做好事



在這世界上，有好人，有壞人，每個人都具有能力當好人，但是卻不是每個人都願意當好人。

當有人需要幫助時，我們就應該盡力去做，有時我看到流浪漢時，我就會給他錢，不管是多還是少，總是會給他一些幫助。

有一天，有個爺爺在騎腳踏車，突然有一台車撞倒了這位老爺爺，那位駕駛沒有把車停下來，也沒有說一聲對不起。這時有一個在遛狗的人看到了，就牽著狗去把這位老爺爺扶起來。

我們常常覺得我們還太小，沒有能

力幫助別人，但其實並非如此。有一天我放學回家時，看到一個小男孩，看起來只有七歲，他正扶著一位老奶奶過馬路。我看著看著，發現老奶奶和這個小男孩兩個人都快樂的不得了。我就問我自己：「為什麼我小的時

候，沒有想到這樣去幫別人呢？」我還記得，有一次我看到一個小男孩掉進河裡，他哥哥試著用棍子拉他起來，但是怎麼樣就是拉不上來。我當下馬上決定跑去

幫忙拉，一次、兩次、三次，最後還是成功拉上來了。想想看，如果我們遇到的人都有愛心，這麼願意關心別人，我們的社會會變得更好呢！



畫中有詩

文/麥莉(台灣)

就是要綠

四季要選代表色
夏天最熱情
陽光滿滿
先選了黃
秋天最浪漫
詩意盈盈
選擇了紅

冬天最聖潔
寧靜溢溢
挑選了白
春天左思右想
活力躍躍
充滿選擇
最後選了最愛

歡迎投稿

聯合報系聯合徵稿，為鼓勵學生創作，歡迎各中文學校將學生作品寄來展出，文章力求多樣及趣味。喜歡塗鴉的小朋友，也歡迎將精心傑作寄給我們刊登。此外，童話、散文、詩歌及兒歌，歡迎為兒童創作的大朋友投稿，文長以800字為度，請勿抄襲或一稿兩投，否則永不錄用。請註明作者中英文真實姓名、支票抬頭、通訊地址，中文學校並附上指導老師姓名。寄到22161台北縣汐止市大同路一段369號北美世界日報兒童世界。E-mail: dawn0601@gmail.com

E-mail來稿將優先採用